

## Belgique

nom	prénom	mail	region	commentaire
Milis	Marie	<a href="mailto:info@mariemilis.net">info@mariemilis.net</a>	Bruxelles	Sourcière, j'ai donné à l'autolouange sa structure et ses consignes contemporaines. J'en ai fait une pratique de dignité et d'estime de soi et de l'autre pour les temps de mutation que nous vivons. Je diffuse avec joie lors de conférences, d'ateliers et de formation. J'anime des voyages et visites d'expo où notre regard est éveillé par l'autolouange dans une découverte simultanée de soi et de l'artiste. Je pratique le coaching par l'autolouange pour faire apparaître la question essentielle, mettre à jour les solutions conscientes et inconscientes et mobiliser l'énergie pour agir.
Pierlot	Véronique	<a href="mailto:Veronique.Pierlot">Veronique.Pierlot</a>	Bruxelles	L'usage que je fais de l'autolouange est un peu détourné de son chemin initial car je n'écris pas. Je pars, par exemple, de l'autolouange d'une autre personne, je sélectionne quelques mots ou quelques phrases. Puis j'en fais un collage, les mots deviennent des images et ces images racontent d'autres histoires à celui ou celle qui le reçoit.
Ghislain	Francine	<a href="mailto:ghislain.andco@gmail.com">ghislain.andco@gmail.com</a>	Bruxelles	Professeur de bureautique actuellement retraitée, j'encourage actuellement l'autolouange auprès de mes anciens collègues. "Je suis ce que j'ose..."
Vanheghe	Philippe	<a href="mailto:vanheghe_rolain@hotmail.com">vanheghe_rolain@hotmail.com</a>	Bruxelles/ Brabant Wallon	Biodanza et poésie : tous poètes. Dans ma monographie en Biodanza je place l'autolouange en parallèle avec la poésie dite « organique » en biodanza basée sur la parole trempée dans l'encrier des émotions. L'autolouange est une porte à ouvrir sur notre grandeur que nous avons tant de mal à accueillir .
Bourguignon	Christine	<a href="mailto:cbetre@gmail.com">cbetre@gmail.com</a>	Bruxelles	Fleurs de Bach ou activer l'alchimiste en soi : Les fleurs de Bach sont des aides précieuses et naturelles pour harmoniser nos états d'âmes et nos sentiments négatifs afin de retrouver les qualités de nos défauts, le contact avec nos propres forces de guérison et le meilleur développement possible de notre potentiel. Dans cet atelier nous découvrirons les 38 portraits floraux, leurs modes de préparations et de sélections ainsi que la manière de les alchimiser par l'autolouange. Je crée ma réalité grâce au montage psychomagique. Le montage psychomagique est un outil simple, ludique et puissant qui permet de mettre en œuvre ses choix, ses aspirations, ses rêves et ses objectifs, qu'ils soient personnels ou professionnels. Nous proclamerons nos choix dans le langage structurant et élogieux de l'autolouange.

Hanssens	Sophie	<a href="mailto:lesjanssens@gmail.com">lesjanssens@gmail.com</a>	Bruxelles	Enseignante, je travaille avec des enfants qui présentent une infirmité motrice cérébrale dans une école primaire. Maman d'accueil d'un enfant placé par le juge, je fais partie de l'asbl La Porte Ouverte qui réunit les parents accueillants et les enfants accueillis. Partenaire du projet " Pain Ponts" , nous faisons des ateliers où chacun met la main à la pâte avec petits et grands, dans la convivialité... Et pourquoi pas un jour en lien avec l'autolouange ?!!!
Toullier	Servane	<a href="mailto:servane.toullier@gmail.com">servane.toullier@gmail.com</a>	Bruxelles	
de Hemptinne	Gaétane	<a href="mailto:gdehempt@yahoo.fr">gdehempt@yahoo.fr</a>	Brabant flamand	L'autolouange m'a ouvert une jolie porte : la juste parole à mon ressenti Je la pratique de temps en temps : une difficulté par rapport à un collègue, le vélo volé de ma fille, Le berceau acheté en brocante et qui va accueillir notre petite-fille, une fête à organiser, une réunion à laquelle je vais participer, réorientation professionnelle de mon mari ... L'autolouange me permet de me recentrer, de voir ce qui est juste et relativiser ce qui ne me concerne pas. Elle est parfois chemin de traverse qui permet d'être entendue quand l'autre n'est pas prêt à écouter. En tant qu'enseignante l'autolouange est « outil » complémentaire à la communication non-violente.
Matteuzi	Séverine	<a href="mailto:severine.matteuzzi1463@gmail.com">severine.matteuzzi1463@gmail.com</a>	Brabant flamand	L'autolouange est une des fleurs de mon bouquet, qui m'aide à ensoleiller ma vie. Une fleur, invitant à jouer, à relever les sourcils de leur sérieux, à tenter de se rencontrer dans l'ici-maintenant de la journée et enfin à accueillir à bras ouverts l'humeur la plus noire à la plus souriante, sans jugement. Elle a l'art de faire émerger les questions que je porte et à donner une réponse, une solution inattendue, enfouie dans le plus profond de mon être. Avec elle, le coeur s'apprivoise jusqu'à s'ouvrir avec confiance, tout étonné de voir tant de trésors jaillir à la lumière. Elle m'accompagne dans l'aventure qu'est la vie en m'indiquant la pièce secrète dans mon intimité, qui ne se trouble de rien, restant paisible même au milieu d'un ouragan.
Versé	Geneviève	<a href="mailto:g.verse@skynet.be">g.verse@skynet.be</a>	Brabant Wallon	J'ai découvert l'autolouange au début d'un long arrêt maladie et lors des différents week-ends que j'ai suivis j'ai écrit des autolouanges, sortes de mantras de guérison. Depuis, je pratique l'autolouange principalement en faisant des collages sous forme de mandalas. Personnellement, souvent le collage en soi suffit et je ne ressens pas le besoin d'écrire une autolouange. Les images parlent d'elles-mêmes.
du Bus de Warn	Bénédicte	<a href="mailto:bdbcoaching@gmail.com">bdbcoaching@gmail.com</a>	Brabant Wallon	Je pratique l'Autolouange d'abord pour moi-même dans des moments où j'ai besoin de me recentrer et ce, toujours à partir d'une œuvre d'art ou d'une photo de nature ou de visage. Je l'utilise professionnellement en coaching lors de chaque première séance sous une forme dérivée du « portrait chinois ». Cela me permet ainsi qu'au client de se découvrir en temps que « Je » avec bienveillance, non jugement et emphase. Je l'utilise également si la problématique du client dérive de la baisse d'estime de soi. Je l'intègre régulièrement dans mes stages d'Ennéagramme.
Levie	Capucine	<a href="mailto:capucinelevie@gmail.com">capucinelevie@gmail.com</a>	Brabant Wallon	Personnellement, j'ai intégré l'autolouange à deux endroits dans mes pratiques professionnelles - en séance individuelle, comme outil d'ouverture à une dimension plus profonde l'être et comme outil de résolution - dans le cadre de la formation que j'ai créé : « Cré-Acteur de sa vie, Co-Cré-Acteur d'un monde nouveau

de Hemptinne	Virginie	<a href="mailto:virginiedh@hotmail.com">virginiedh@hotmail.com</a>	Brabant Wallon	« La pensée intuitive est un don sacré et l'esprit rationnel est un bon serviteur. Nous avons créé une société qui honore le serviteur et qui a oublié le don. » - Albert Einstein Issue du monde de l'entreprise, j'y ai apprivoisé une gestion du temps chronométré, efficace et déshumanisé. Avec l'autolouange : je réapprends l'art de la joie dans l'instant. Je m'accorde le droit de retrouver une L'Autolouange a transformé ma façon d'écrire. Aujourd'hui, je vis cette pratique à travers différents processus d'écriture. Les textes de mes chansons, ou d'autres textes pas nécessairement voués à être chantés, comme la louange pour une autre personne. Ecrire pour quelqu'un est une expérience très forte. Lui dire ces mots en direct aussi. C'est un instant alchimique. Unique et sacré.
Davreux	Valérie	<a href="mailto:valdavreux@gmail.com">valdavreux@gmail.com</a>	Brabant Wallon	L'Autolouange a transformé ma façon d'écrire. Aujourd'hui, je vis cette pratique à travers différents processus d'écriture. Les textes de mes chansons, ou d'autres textes pas nécessairement voués à être chantés, comme la louange pour une autre personne. Ecrire pour quelqu'un est une expérience très forte. Lui dire ces mots en direct aussi. C'est un instant alchimique. Unique et sacré.
Massart	Claire	<a href="mailto:claire.massart@live.fr">claire.massart@live.fr</a>	Hainaut	Pour booster ou de re booster son soi, grandir ou et grandir "l'autre", il m'arrive de proposer l'autolouange en classe.
Fonatine	Agnès	<a href="mailto:a.fontaine@hotmail.com">a.fontaine@hotmail.com</a>	Namur	"L'Autolouange est pour moi une autorité sacrée sur sa propre identité. Lasse et vide d'être définie et limitée par le lien aux autres (fille de, sœur de, épouse de, mère de, ...), elle m'a enfin permis, sans tabou, sans exhibitionnisme non plus, de me réapproprier et de proclamer la femme que je suis. Toute en image, symbole et poésie, l'Autolouange me permet de contacter toutes les facettes de mon être, toutes
Vergucht	Mireille	<a href="mailto:mirv@skynet.be">mirv@skynet.be</a>	Namur	Certaines formations, centrées sur le développement personnel et l'affirmation de soi, me permettent d'utiliser l'autolouange. Cette pratique ouvre une fenêtre de lumière sur la bienveillance et l'auto compassion, une forme de lucidité, de lâcher prise. Elle offre une merveilleuse autorisation de se dire « en grand, en force », sans les contraintes du qu'en dira-t-on, sans l'entrave étouffante de l'égo, si prêt au ricanement et à l'autocritique. Quelle opportunité d'un espace de liberté individuelle magique.
Tholbecq	Carine	<a href="mailto:carine.tholbecq@gmail.com">carine.tholbecq@gmail.com</a>	Namur	Autolouange et moi.  Avec l'Autolouange, j'ai l'impression d'avoir trouvé un trésor : une source vivifiante qui me remet en mon centre, met ma vie en relief et en perspective. Dans la pudeur étonnante de l'amplification, je suis rejointe et je rejoins l'autre. Quels que soient nos âges, les chemins de vie, nous nous trouvons des expériences communes. J'aime l'Autolouange pour ces rencontres où chacun est pèlerin, chacun est donc au même niveau et l'univers s'enrichit des cheminements uniques.  Je pratique en famille, avec mes élèves, lors d'expositions, avec un groupe de pépiteuses,... Chaque fois, la joie de la découverte des trésors en soi et en l'autre est au rendez-vous!  J'ai utilisé comme supports cartes, collages, tableaux, travail de la terre. J'imagine d'autres supports: faire du pain, planter un arbre, tresser un corbeille en osier, tisser..

Louis	Nathalie	<a href="mailto:nath.louis@gmail.com">nath.louis@gmail.com</a>	Namur	<p>« La pensée intuitive est un don sacré et l'esprit rationnel est un bon serviteur. Nous avons créé une société qui honore le serviteur et qui a oublié le don. » - Albert Einstein</p> <p>Issue du monde de l'entreprise, j'y ai apprivoisé une gestion du temps chronométré, efficace et déshumanisé. Avec l'autolouange : je réapprends l'art de la joie dans l'instant. Je m'accorde le droit de retrouver une souveraineté dans mon corps et dans ma créativité. Je m'autorise à créer ma vie et à en être à l'origine. L'aventure, l'étonnement et l'ouverture reprennent place.</p> <p>Aujourd'hui, je présente l'autolouange en entreprise pour développer la confiance dans ses sensations et dans son propre pouvoir créateur. Mon initiative remet l'humain au centre, par des ateliers expérientiels. Pas de formations théoriques mais des expériences pour mettre ses talents créateurs au service de l'entreprise et satisfaire les changements nécessaires imposés par l'évolution de celle-ci.</p> <p>Nourrir le processus cognitif d'autres sources pour accompagner la prise de décision: la compréhension des émotions, l'intelligence de l'intuition, la capacité de raisonner sur le mode du paradoxe pour accéder à la complexité offre à l'entreprise</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- plus de solutions pour les problèmes,</li> <li>- des qualités de réponses supérieures,</li> <li>- une réduction du temps moyen dont on a besoin pour parvenir à une solution</li> </ul>
Massart	Claire		Namur	Pour booster ou de re booster son soi, grandir ou et grandir "l'autre", il m'arrive de proposer l'autolouange en classe.
Sepulchre	Christine	<a href="mailto:chrsep@gmail.com">chrsep@gmail.com</a>	Namur	<p>Découverte en 2009, l'autolouange a intégré ma palette d'outils artistiques et littéraires.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elle fait partie de mon "Journal Créatif" (nom déposé par Anne-Marie Jobin, art-thérapeute québécoise, qui me forme à cette méthode) dont je fais un incubateur personnel mixant journal intime, brouillon de textes et projets de dessins.</li> <li>- L'autolouange irrigue mon écriture, surtout la poésie qu'elle amplifie. Dans ce cas précis, je m'autorise à retravailler le premier jet, à en utiliser tel extrait seulement...</li> <li>- S'astreindre à écrire ou dessiner d'une main qui n'y est pas formée (pour un droitier, c'est la main gauche, et vice-versa) a pour but de laisser sortir ce qui n'ose se montrer, même politiquement incorrect: l'esprit d'autolouange peut insuffler à ce "brut de décoffrage" une beauté surprenante.</li> <li>- L'autolouange (se) dessine: mots dans ou formant dessin ou collage; (auto)portrait réalisé de façon autolouangeuse, loin des canons de beauté et des contraintes habituelles de "ressemblance physique".</li> </ul> <p>En profonde remise en question personnelle, j'envisage de partager ces expériences dans le cadre d'ateliers</p>

France				
nom	prénom	mail	region	commentaire
Badoui	Anne-France	<a href="mailto:annefranceb@hotmail.com">annefranceb@hotmail.com</a>	Alsace-Champagne-Ardenne	Pour des groupes ou en individuel, j'utilise l'autolouange alliée à la pratique du collage, du mandala, voire de la lecture, en lien avec les mots essentiels de la vie de chacun et les lettres qui les constituent (archéographie des prénoms, transcriptions symboliques, mythes). Ceci notamment pour renforcer l'estime de soi et éclairer la quête d'identité et de sens de chacun.
Prodhon	Brigitte	<a href="mailto:lesmotsdelavie@">lesmotsdelavie@</a>	Alsace-Champagne-Ardenne	« Les mots qui vont surgir savent de nous des choses que nous ignorons d'eux » René Char...Quelle belle citation qui correspond si bien à l'autolouange ! J'ai commencé à pratiquer l'autolouange, cette écriture au cœur de soi, en Haute-Marne, au Pays de Langres, dans une yourte entourée d'arbres fruitiers, de prés et de vaches... Un bel environnement pour accueillir ce qui vient de l'âme - cette « poésie joyeuse », a dit Christiane Singer –, s'exprimer avec panache et stimuler l'estime de soi !
Morel	Charlotte	<a href="mailto:morelchar@gmail.com">morelchar@gmail.com</a>	Auvergne-Rhône-Alpes / Arc	Au service d'un langage signifiant, j'accompagne l'expression de la créativité par l'écriture. , L'autolouange est la voie royale d'une expression authentique et sacrée de l'être humain, elle révèle un singulier pluriel qui se joue des limites auto-érigées. L'autolouange est l'outil délicat et subtil qui cisèle le chant de l'intérieur. Par l'autolouange, je me rencontre et je te rencontre dans toutes les dimensions du temps et de l'espace.
Lemosof	Sophie	<a href="mailto:sophlem75@wanadoo.fr">sophlem75@wanadoo.fr</a>	Bourgogne	L'autolouange est un rayon de soleil. Je propose souvent à mes clients en coaching - adolescents ou adultes - l'écriture et la proclamation d'autolouanges. Chacun honore l'instant, valorise ce qui est, réchauffe son cœur puissamment. Après un massage j'offre une autolouange basée sur mon ressenti des qualités essentielles de la personne massée.
Milis	Marie	<a href="mailto:info@mariemilis.net">info@mariemilis.net</a>	Bourgogne	Sourcière, j'ai donné à l'autolouange sa structure et ses consignes contemporaines. J'en ai fait une pratique de dignité et d'estime de soi et de l'autre pour les temps de mutation que nous vivons. Je diffuse avec joie lors de conférences, d'ateliers et de formation. J'anime des voyages et visites d'expo où notre regard est éveillé par l'autolouange dans une découverte simultanée de soi et de l'artiste. Je pratique le coaching par l'autolouange pour faire apparaître la question essentielle, mettre à jour les solutions conscientes et inconscientes et mobiliser l'énergie pour agir.

Douchin	Max	<a href="mailto:max.douchin@orange.fr">max.douchin@orange.fr</a>	Bourgogne & Normandie	L'AUTOLOUANGE C'est le véhicule de l'affirmation de soi, sans affectation ni immodestie, sans crainte de la critique ou du manque d'humilité. C'est la reconnaissance par soi-même de nos propres qualités, innées et acquises. Cette capacité à les avouer permet une meilleure relation à autrui et constitue une source d'énergie rayonnante idéale pour vivre en société, créer et développer des amitiés jusqu'alors ignorées ou étouffées! Autre avantage considérable, l'autolouange autorise et invite notre interlocuteur à agir de même et propager sa libre pensée: Quelles chances!
de Villeneuve	Gersende	<a href="mailto:kerarom@sfr.fr">kerarom@sfr.fr</a>	Bretagne	Partout où l'occasion se présente, je distribue papier et crayon afin de sauter ensemble sur le tremplin de notre énergie, et de découvrir ce plus grand que nous qui nous habite. Ce « fil de la merveille » qui nous invite à nous redresser dans notre majesté ! J'aime proposer cette écriture jaillissante aux enfants, c'est un langage si naturel pour eux ! Je propose également le tremplin d'écritures sacrées, lors de stage Bible & Ecriture par exemple. J'aime explorer tout support (visuel, musical, olfactif...) pour oser le « Je suis » qui nous révèle à nous-mêmes.
de la Kethulle	Marie	<a href="mailto:mariedlk@hotmail.com">mariedlk@hotmail.com</a>	Bretagne	J'ai fait un stage d'autolouange que j'ai adoré mais je me sens encore trop novice que pour le pratiquer.... Je n'ose pas me lancer.... Un jour ca viendra surement !!!
Toullier	Servane	<a href="mailto:servane.toullier@gmail.com">servane.toullier@gmail.com</a>	Bruxelles	
Pickman	Jenny	<a href="mailto:jenny.pickman@neuf.fr">jenny.pickman@neuf.fr</a>	Île-de-France	Je pratique l'autolouange avec des personnes qui ont tout simplement la curiosité de découvrir ce que cette façon d'aborder l'écriture peut leur apporter dans la rencontre avec les mots et avec eux-mêmes.
Mucchielli	Pascal	<a href="mailto:pascal.mucchielli@wanadoo.fr">pascal.mucchielli@wanadoo.fr</a>	Île-de-France	Proposer à des groupes de goûter à travers l'écriture et le mouvement aux dimensions sacrées de la vie. Découvrir, redécouvrir et partager de façon inconditionnelle que chacun d'entre nous est un être merveilleux .
Hervieu	Michèle	<a href="mailto:cabinet.arbelliance@gmail.com">cabinet.arbelliance@gmail.com</a>	Île-de-France	J'accompagne la valorisation des expériences personnelles et professionnelles, l'élaboration de projets. Je facilite l'émergence des moments « clefs » où chacun ressent, dans sa vie, la plénitude de ses moyens et de ses actes. Lieux où s'ancrent les projets « de coeur ». J'ai choisi de proposer la mise en lumière de ces moments particuliers par l'autolouange, pour la sensation d'accessibilité immédiate à un réservoir de « connaissances », de sens partageable, de présence à soi-même que cette pratique d'écriture suscite. Se mettre en « disponibilité » de laisser advenir la mémoire de ses expériences et l'expression de ses désirs. L'autolouange crée la connivence d'un langage partagé, langue « maternelle » au réservoir de mots inépuisable qui soutient avec bienveillance et panache la maturation des projets.
Jacquin-Ravot	Pascale	<a href="mailto:pascale@psy-pascalejr.fr">pascale@psy-pascalejr.fr</a>	Île-de-France	Accompagnement thérapeutique par l'autolouange : trouver la confiance en soi, reconnaître ses qualités, découvrir sa vérité intérieure. Ateliers découverte de l'autolouange. Projet d'ateliers psychophanie & autolouange .
Rambaud	Eugénie	<a href="mailto:eugenie.rambaud@gmail.com">eugenie.rambaud@gmail.com</a>	Île-de-France	En collaboration avec Vincent Girard, somato-psycho-pédagogue, je propose des ateliers d'écriture sensorielle autour de l'autolouange: les outils de la somato-psycho-pédagogie (méditation et mouvement), développés par le Pr Danis Bois, sont mis au service de l'autolouange pour accompagner le déploiement de l'être, dans l'écriture et la proclamation.

Pommier	Marie-Cécile	<a href="mailto:mariecpomme@mcprh.fr">mariecpomme@mcprh.fr</a>	Île-de-France	L'autolouange est entrée dans ma vie milieu 2015. Aujourd'hui, c'est comme une énergie quotidienne qui m'accompagne, à la fois puissante, discrète et subtile. Les textes écrits avec « mon » groupe du mois d'août dans la « maison de l'air de rien » sont toujours dans mon sac à main, à portée de lecture et de partage. Je me (re)connecte à des phrases, des textes, dans des moments de pause, de méditation, des moments de questionnements. Et j'écris pour transformer une force, une émotion. Je partage les textes avec des amis, des curieux, pour une prise de conscience de la puissance de guérison et d'évolution que dégage l'autolouange, bien au-delà de ce que l'appellation véhicule.
Jousseaume	Charlotte	<a href="mailto:ch.jousseaume@orange.fr">ch.jousseaume@orange.fr</a>	Île-de-France	Je propose un atelier d'autolouange de 3h, un dimanche par mois, dans un atelier d'artiste situé dans le 15ème arrondissement à Paris. Le thème est la quête et la réalisation de soi.  Ensemble, nous explorons, à chaque atelier, les mythes fondateurs et les textes sacrés des différentes cultures et traditions spirituelles pour louer les trésors enfouis au fond de nous.
Brown de Clostc	Anne	<a href="mailto:abc.kasala@orange.fr">abc.kasala@orange.fr</a>	Île-de-France	Je propose un atelier mensuel de découverte et partage de cette étonnante pratique : vivre un temps de reconnexion intime avec nous-mêmes et approfondir notre re-connaissance mutuelle. Ecoute et proclamation nous permettent d'expérimenter et de vivre, en toute confiance, un voyage intérieur.
Corre	Odile	<a href="mailto:contact@odilecorre.fr">contact@odilecorre.fr</a>	Île-de-France	Coach de la présence, j'encourage par ma propre présence Coach audacieuse, je favorise l'authenticité Coach intuitive, je décèle et mobilise les ressources cachées Lors de séances de coaching individuel ou collectif, j'initie les jeunes, leurs parents et les enseignants à l'autolouange et au collage pour les aider à reconnaître et accueillir la belle personne qu'ils sont, et les amener à davantage aimer et respecter l'autre tel qu'il est. Je favorise l'émergence de la communication bienveillante, source d'apaisement et de fluidité dans les rapports humains.
VERTUEUX	Marthe	<a href="mailto:psukhe11@hotmail.fr">psukhe11@hotmail.fr</a>	Île-de-France	Ma pratique de l'autolouange m'a permis de comprendre à quel point elle participe non seulement à l'Estime de Soi mais aussi à la construction de ce qui fait l'identité de l'Être. Elle touche l'Essence de l'Être, l'âme ! Dans ma pratique de coaching, l'autolouange vient tantôt conforter les prises de conscience, tantôt faire émerger une souffrance difficile à identifier tout en apportant des ouvertures insoupçonnées. En atelier de groupe, l'autolouange est l'ingrédient unique de guérison et de transformation....
de Bretagne	Hubert et Marie-Thérèse	<a href="mailto:mthdebretagne@orange.fr">mthdebretagne@orange.fr</a>	Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées	Il est médiateur, elle est éducatrice, ils sont en couple depuis 35 ans. L'autolouange est venue les vivifier en ouvrant des perspectives nouvelles dans leurs professions et dans l'accompagnement de couples qu'ils proposent (site web en préparation.) Puiser à la source intérieure, entrer en alliance avec soi-même et avec l'autre, révéler et se révéler, se laisser jouer par les mots qui tracent le chemin du « je ».
Girard	Annelle	<a href="mailto:annellegirard@orange.fr">annellegirard@orange.fr</a>	Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées	La créativité est un élan vital indispensable, qui m'a animée sous diverses formes tout au long de ma vie (création de chapeaux et vêtements, animation d'ateliers d'arts plastiques et d'écriture, iconographie, photographie...) Depuis que je l'ai découverte, l'autolouange est devenue pour moi la trame principale de mon travail, que je croise avec divers fils créatifs (dessin, peinture, modelage, mouvement, sons...) et que je propose d'expérimenter, en ateliers individuels ou par petits groupes.

Coste	Sophie	<a href="mailto:SMSCOSTE@HOTMAIL.COM">SMSCOSTE@HOTMAIL.COM</a>	Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées	<p>C'est une découverte récente que j'essaime au gré du vent à ma plus grande surprise et joie.</p> <p>Je l'ai vantée et présentée à des amis qui l'ont adoptée. Elle devient une proposition que nous expérimentons au sein de petits groupes de danseurs.</p> <p>Je l'ai proposé timidement en ouverture de réunion de travail.</p> <p>Nous avons visionné le film entre proches et sommes repartis chacun de notre côté avec le cœur rempli. Et pour finir, je l'invite de plus en plus dans mes courriers.</p>
Cosseron	Corinne	<a href="mailto:co@ecolederire.com">co@ecolederire.com</a>	Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées	<p>J'utilise l'autolouange lors de la formation approfondie de rigologie, dans un stage de méditation qui s'appelle le Love Week-End et aussi durant « Mon coaching bonheur ».</p> <p>Pour moi c'est un outil complémentaire de la rigologie, une pratique qui permet de se poser, d'aller vers un amour de soi authentique, vers le lâcher-prise et le pardon même et qui montre souvent au groupe une nouvelle facette de soi.</p>
Poupart	Françoise	<a href="mailto:f.poupart@scriptcoaching.fr">f.poupart@scriptcoaching.fr</a>	Languedoc-Roussillon-Midi-Pyrénées	<p>L'autolouange ou le langage de l'âme...L'autolouange est une posture d'écoute. Ecoute de l'Etre que nous sommes. Mes ateliers sont donc une invitation au silence et à la reliance pour laisser émerger la voix de notre âme et l'offrir au monde. Comme un chant qui monte de nos profondeurs. Les huiles essentielles accompagnent ce voyage et le favorisent. L'odorat nous reliant directement à notre corps émotionnel, cette porte nous permettra de libérer le poète en nous, celui qui rend hommage au Vivant que nous sommes.</p>
Ngarambe	Chantal	<a href="mailto:chngarambe@yahoo.fr">chngarambe@yahoo.fr</a>	Nord Pas de Calais	<p>J'ai adoré les ateliers et la formation sur l'autolouange et je suis en réflexion sur la façon d'en faire profiter les autres.</p>
Deleplanque	Bénédicte	<a href="mailto:benedel@lde-photo.fr">benedel@lde-photo.fr</a>	Nord Pas de Calais	<p>Militante associative, je projette d'expérimenter l'autolouange comme outil de développement de la cohésion de groupe et de création de lien.</p>
de Montigny	Jane	<a href="mailto:janedemontigny@effc.fr">janedemontigny@effc.fr</a>	Nord Pas de Calais	<p>Un jour de février 2016, j'ai fait connaissance avec cette grande "Dame" qu'est "L'autolouange" ..Impossible pour moi de ne pas partager ce que j'ai vécu dans la rencontre de l'écriture et des énergies, ainsi que le souffle de vie qui m'a traversée plusieurs fois lorsque je proclamai mes autolouanges .</p> <p>J'ai donc commencé à l'intégrer dans ma pratique de Voice Dialogue et de coaching. J'anime par ailleurs des stages Autolouange et Voice Dialogue dans la région lilloise. Le voice Dialogue permet de faire alliance avec nos gardiens, nos images sociales, de détricoter notre cher mental avec bienveillance; l'autolouange donne alors accès à nos terres sauvages, à nos potentiels enfouis, nos intuitions, nos énergies de vie, tout en nous ajustant dans notre verticalité et notre horizontalité.</p>
Dapvril	Christine	<a href="mailto:chrisdapvril17@gmail.com">chrisdapvril17@gmail.com</a>	Poitou-Charente	<p>Bien plus qu'un simple exercice pour renforcer l'estime de soi, comme je le croyais au départ, l'autolouange est devenue pour moi un chemin de Vie, un chemin de grâce. Elle est une force qui m'aide à me découvrir, à m'épanouir. Elle m'a attirée à elle, m'a aidée et m'aide encore à progresser sur le plan personnel. C'est un cadeau à partager, notamment avec toutes les personnes magnifiques qui ne savent pas qu'elles le sont. Je la pratique de temps en temps en famille, avec des amis. J'ai le projet d'animer des ateliers d'autolouange avec mon association, Elafi laquelle a les objectifs suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Promouvoir la communication bienveillante entre adultes et enfants ainsi qu'entre les enfants.</li> <li>• Faciliter l'accès à des techniques de Bien-Être et susciter l'autonomisation.</li> <li>• Accompagner les familles dans la prise en charge des difficultés liées à la scolarité de leur enfant.</li> <li>• Soutenir l'élaboration d'un projet d'orientation scolaire.</li> </ul>



Castres	Monique	<a href="mailto:mmonacastres@gmail.com">mmonacastres@gmail.com</a>	Pays de la Loire / Loire-Atlantique	Depuis ma formation en juillet 2011, j'ai intégré l'autolouange à ma pratique quotidienne d'écriture. C'est un élagueur puissant qui conduit vers l'essentiel, l'oreille du cœur, et relie à la vibration de l'âme. Depuis octobre, chaque mois en atelier je fais découvrir l'autolouange à mon cercle amical. Que du bonheur !
Bosquet	Anne	<a href="mailto:annebosquet44@orange.fr">annebosquet44@orange.fr</a>	Pays de la Loire	J'ai proposé l'autolouange à des adultes et des jeunes en rupture scolaire. Cette expérience est relatée dans « Loué Soit Je ». Je reste éblouie par ce que j'ai pu entendre, écrire et proclamer en autolouange.
Biche	Brigitte	<a href="mailto:brigittebiche@orange.fr">brigittebiche@orange.fr</a>	Pays de la Loire	formatrice en travail social et Sociologue consultante, mariée (depuis presque 50 ans), mère de deux enfants et grand-mère de trois, la force purificatrice et bâtisseuse de l'autolouange correspond à ma quête. Les femmes qui ont entrepris la formation en même temps que moi ont constitué un groupe fidèle de "griotes" (féminin de griot) du grand ouest (Touraine, Bretagne, Pays de la Loire). Nous nous retrouvons deux fois par an et grandissons ensemble... en Autolouange. Nous participons aussi aux supervisions, moments intenses de plongée dans notre "nappe phrénétique" et à la source inépuisable de beauté qui sourd au plus profond de chacun.e de nous et nous fait découvrir à la fois combien nous sommes uniques et humainement relié.e.s.  Je transmets mon enthousiasme pour l'Autolouange à quelques amies dont j'éveille l'intérêt en leur proposant des exercices pratiques... Prochainement, avec l'une des "griotes" qui va faire une exposition de ses peintures à la médiathèque de ma commune, nous allons ensemble proposer, dans le cadre de cette exposition, des ateliers d'Autolouange, d'une part pour des enfants de l'école primaire (avec le concours des enseignant.e.s) et d'autre part pour des adultes.
Jarnier	Audrey	<a href="mailto:audreyjarnier@gmail.com">audreyjarnier@gmail.com</a>	Pays de la Loire / Maine et Loire	Thérapeute, infirmière de formation, Je vous accompagne pour oser votre lumière et vivre dans la joie.
Chiron	Sandrine	<a href="mailto:sandrine.chiron67@gmail.com">sandrine.chiron67@gmail.com</a>	Provence-Alpes-Côte d'Azur	Pour le moment : - Je l'utilise à titre particulier - J'ai animé deux ateliers en novembre 2015 avec des adolescents en décrochage scolaire - Mes projets : la faire découvrir dans des lieux comme le café 3C (Café Culturel et Citoyen) à Aix-en-Provence
Filip	Anne	<a href="mailto:anne.filip@hevideanse.fr">anne.filip@hevideanse.fr</a>	Provence-Alpes-Côte d'Azur	En 2010, j'ai ressenti profondément les bienfaits de l'écriture et de la proclamation ritualisées proposées par l'autolouange. Elles ont portées un éclairage révélateur sur certaines de mes ressources intérieures.

## Suisse

nom	prénom	mail	region	commentaire
-----	--------	------	--------	-------------

Pitteloud	Josy (Joseph)	<a href="mailto:pitteloud@josy.ch">pitteloud@josy.ch</a>	Fribourg	J'utilise l'Autolouange pour mon propre réajustement intérieur, dans le cadre de mon coaching individuel et dans mes ateliers de groupe, que j'appelle BURN-IN sur le thème : « Osons ensemble embraser le présent ! ». Ce nom est un pied-de-nez au BURN-OUT que j'ai traversé quand j'avais 47 et 48 ans : Je ne sentais plus le feu intérieur au tréfonds de moi. L'Autolouange est pour moi un vrai outil d'éveil à ce feu divin, en soi et hors de soi, de cheminement vers la pleine conscience et de frôlement de l'amour inconditionnel.
Bonjour	Claude	<a href="mailto:bonjour.claude@bluewin.ch">bonjour.claude@bluewin.ch</a>	Romandie	<p>Dans les films, il y a des longs-métrages et des court-métrages .</p> <p>Dans l'Autolouange, ma préférence va à la courte, la percutante, la réduite à son plus simple appareil. Celle qui peut se dire sur un souffle, se répéter à l'envi le long de la journée.</p> <p>Quasi un mantra.</p> <p>Une Autolouange créée en résonance avec uniquement les lettres de son propre nom et prénom.</p> <p>Une Autolouange courte, unique et personnalisée!</p> <p>J'accompagne les personnes qui viennent de recevoir un diagnostique de Sida.</p>
Lamberti	Anna	<a href="mailto:annalamberti@romandie.ch">annalamberti@romandie.ch</a>	Romandie	<p>J'utilise l'Autolouange comme antidote dans mes Atelier d'expression et de créativité par l'écriture, le dessin et le collage.</p> <p>Je propose cette poésie initiatique en rendez-vous dans un bar quand une personne à besoin d'un baume - soutien -vérité pour son âme,</p> <p>Quand je promène avec une personne et qu'elle relève quelque chose de ce qu'elle voit, je lui propose de transformer ce qu'elle voit en « je »</p> <p>Mon rêve est qu'il y ait des consultations d'Autolouange autant que des médecins généraliste, car pour moi l'autolouange est une prescription initiatique d'évolution.</p>